



ערוץ
האוכל



חוברת מתכונים של נוף עתמאנה מתוך "נוף למטבח"

מה בתפריט?

- 3 כנאפה קלה להכנה
- 4 קובה סינייה במילוי בשר
- 5 מטפאיה - תבשיל בורגול טורקי
- 6 צ'ורק טחינה - מאפה טחינה ושקדים
- 7 אבלמא קוסא - קישואים ממולאים
- 8 שלושה ממרחי טחינה מהירים
- 9 גרייבה מקמח חומוס - עוגיות קמח חומוס
- 10 מקלובה חומוס וחצילים
- 11 חומוס עם בשר
- 12 בקלאווה פיסטוק
- 13 קבאב חלאבי פיסטוק ברוטב עגבניות
- 14 סלט חצילים ופיסטוק
- 15 יאנסונייה - עוגת סולת ושמן זית
- 16 מסאחן
- 17 מנאקיש בצק - פיתות זעטר
- 18 כתף טלה ברוטב תמרים ותפוחים
- 19 מעמולים מושלמים
- 20 סלט חסות שומשומית ותמרים
- 21 סוטלאג' - אורז בחלב אפוי בתנור
- 22 כופתה ברנג'י ברוטב חמוץ
- 23 טאסת אלג'אג'ה
- 24 ספינג'
- 25 לחמעג'ון
- 26 מועג'נאת זעטר וגבינה





כנאפה קלה להכנה

אופן ההכנה:

1. שמים את הבורגול הגס והדק בקערה ומערבבים, מוסיפים
- 2 כוסות מים רותחים ומכסים, משאירים בצד לחצי שעה.
2. מערבבים את הסולת עם השמן והחמאה המומסת ושמים בצד לשעה וחצי.
3. מערבבים את הסולת עם הבורגול בקערה, מוסיפים את
4. אבקת האפיה, הקינמון ואגוז המוסקט ומערבבים.
4. מוסיפים את החלב ומערבבים.
5. מורחים תבנית עגולה במעט טחינה גולמית מפזרים
6. פקאנים ומפזרים את התערובת של הסולת והבורגול מעל.
6. מרטיבים את היד ומשטחים את הבליילה. מסדרים את מיני האגוזים מעל.
7. מכניסים לתנור שחומם מראש ל-200 מעלות למשך חצי שעה עד 40 דקות.
8. מוציאים ומשקים בסירופ סוכר חם.

מצרכים:

- 100 גרם חמאה
- חצי כוס שמן
- 2 כוסות סולת
- כוס בורגול גס
- חצי כוס בורגול דק
- חצי כוס סוכר
- 2 כפות קינמון
- 2 שקיות אבקת אפיה
- חצי אגוז מוסקט
- כוס חלב
- לסירופ:
- 2 כוסות סוכר
- 2 כוסות מים
- כפית מיץ לימון
- 20 גרם חמאה
- 3 כוסות תערובת אגוזים (קשיו, בוטנים
- קלופים, חצאי שקדים, פיסטוק, פקאנים,
- אגוזי לוז-כל אחד בנפרד) הכל טבעי



קובה סינייה במילוי בשר

מצרכים:

לקובה:

- 3 כוסות בורגול דק
- 2 וחצי כוסות מים רותחים
- כפית כמון
- כפית פפריקה
- כפית מיורן או אורגנו
- כף מלח
- חצי כפית שבבי צ'ילי
- 1 בצל גדול
- 3 כפות קמח
- 2 כפות קורנפלור

למילוי:

- 2 בצלים קצוצים
- 1 קילו בשר טחון
- רבע כוס שמן זית
- מלח פלפל שחור
- כפית בהרט
- חצי כוס חצאי שקדים
- מעט שמן לשימון התבנית

אופן ההכנה:

1. מתחילים בהשריית הבורגול במים הרותחים, מכסים את הקערה ומניחים בצד.
2. עוברים להכנת המלית, שמים את השמן והבצל במחבת ומטגנים עד שהבצל מתרכך.
3. מוסיפים פנימה את הבשר ומטגנים עד שמוכן.
4. מתבלים במלח פלפל שחור ובהרט מניחים בצד להתקרר.
5. מעבירים את הבורגול יחד עם כל שאר המרכיבים של הבצק וטוחנים במעבד המזון עם להב הפלדה.
6. מעבירים לקערה ומוסיפים תוך לישה עוד חצי כוס מי ברז לקבלת בצק רך אך לא דביק.
7. מחלקים את הבצק ל-2, משמנים תבנית אפיה עגולה במעט שמן זית ומשטחים מחצית מהבצק שמים מעל את הבשר.
8. בידיים רטובות לוקחים חתיכות מיתרת הבצק ומועכים אותן בכף היד לקבלת פיתה קטנה ומסדרים אותן מעל לבשר בחפיפה.
9. שוב מריטיבים את הידיים ומשטחים את פני הבצק.
10. חורצים את פני הקובה למנות ומקשטים בשקדים.
11. מפזרים מעט שמן זית מעל ומכניסים לתנור שחומם מראש ל 190 מעלות למשך כחצי שעה או עד שהקובה מזהיבה.



מטפאייה – תבשיל בורגול טורקי

מצרכים:

לבורגול:

1 בצל קצוץ קוביות דק

2 שיני שום קצוצות

1 גמבה אדומה קצוצה או פלפל שושקה אדום

4 כפות שמן זית

כף פפריקה

כף אריסה

כף רסק עגבניות

כפית נענע יבשה

כפית אורגנו יבש

1 כוס בורגול גס

כוס וחצי מים

מלח ופלפל שחור

לתבשיל:

2 חבילות מניפות סינטה

4-5 כפות שמן תירס או קנולה

7 שיני שום

מיץ משני לימונים

חצי חבילת פטרוזיליה קצוצה

גרדה מלימון אחד

מלח ופלפל שחור

אופן ההכנה:

1. לבורגול: קוצצים את הבצל מטגנים את הבצל והפלפל

הקצוץ בשמן הזית כארבע דקות.

2. מוסיפים את השום הכתוש מוסיפים את רסק

העגבניות והאריסה פנימה וממשיכים לטגן כדקה.

3. מוסיפים את הבורגול ומטגנים הכל יחד כדקה.

4. מתבלים בפפריקה, אורגנו, נענע, מלח ופלפל שחור.

5. מוסיפים מים מכסים ומביאים לרתיחה מנמיכים

ומבשלים כ-15 דקות עד שכל המים נספגים בבורגול.

6. לתבשיל: מתבלים את הנתחים ומחממים את השמן

במחבת כשהמחבת לוחטת מניחים את הנתחים וצורבים

משני הצדדים, מוציאים לצלחת וממשיכים לצרוב את

שאר הנתחים.

7. באותה המחבת ובעודה חמה מוסיפים את מיץ הלימון

וגרידת הלימון.

8. כשהרוטב רותח מחזירים את הנתחים לחימום קצר.

9. מוסיפים את השום הכתוש מכבים את האש ומערבבים

את עלי הפטרוזיליה הקצוצים פנימה.

10. מגישים חם עם הבורגול הטורקי.



צ'ורק טחינה – מאפה טחינה ושקדים

אופן ההכנה:

1. במיקסר שמים את המים הפושרים בקערה ומוסיפים פנימה את הסוכר והשמרים מערבבים ושמים בצד 10' דקות.
2. מוסיפים פנימה את השמן המלח והקמח ולשים לבצק אחיד.
3. מעבירים את הבצק לקערה מקומחת ומקמחים גם את פני הבצק ושמים לתפיחה כשעה או עד הכפלת הנפח.
4. מעבירים את הבצק שתפח למשטח מקומח ומחלקים אותו לל עד 10 כדורים. מכסים את הכדורים ונותנים להם לנוח כ-5 דקות.
5. בזמן הזה מערבבים את הטחינה יחד עם הסוכר, הסוכר לא ימס אבל יתפזר באופן אחיד.
6. מרדדים כדור אחד לפיתה גדולה כ-30 עד 35 ס"מ קוטר ומורחים מעליה 2 כפות מתערובת הטחינה.
7. מרדדים עוד כדור לאותו הגודל ומניחים מעל לפיתה הראשונה ושוב מורחים מהטחינה. ממשיכים כך עד שמסיימים את כל כדורי הבצק.
8. מרדדים את מערום הפיתות לעובי של כ-4 מ"מ לצורה מלבנית.
9. חותכים לפסים לאורך ברוחב של כ-4 ס"מ. מלפפים כל רצועה לגליל ומסדרים אותן לצורת שבלול בתבנית האפיה.
10. מברישים בביצה ומפזרים מעל את השקדים. מכניסים לתנור שחומם מראש 180' מעלות למשך חצי שעה.

מצרכים:

- 5 כוסות קמח
- 2 כוסות מים פושרים
- כף סוכר
- כף שמרים יבשים
- שליש כוס שמן זית
- חצי כפית מלח
- למלית:
- כוס וחצי טחינה
- כוס וחצי סוכר
- 1 ביצה
- חצי כוס שבבי שקדים



לצפייה במתכון

אבלמא קוסא – קישואים ממולאים

מצרכים:

25 קישואים קטנים
חצי כוס שמן לטיגון
400 גרם בשר טחון
2 בצלים קצוצים
כפית בהרט
מלח ופלפל שחור
חופן צנוברים קלויים
2 עגבניות
כוס ורבע טחינה
3 כוסות מים
3-4 לימונים

אופן ההכנה:

1. חורצים את הקישואים לאורך ומטגנים על אש בינונית במחבת עד שהם מזהיבים.
2. באותה המחבת מטגנים את הבצל עד שמתרכך לגמרי מוסיפים את הבשר הטחון ומתבלים בבהרט, מלח ופלפל.
3. כשהבשר מוכן מורידים מהאש ומוסיפים את הצנוברים הקלויים.
4. לקערת הבשר מוסיפים 2 עגבניות קצוצות דק ומערבבים.
5. ממלאים את הקישואים בתערובת הבשר ומניחים בתבנית אפייה מרופדת בנייר אפייה, מכניסים לתנור שחומם מראש 200 מעלות לכ-10 דקות.
6. בזמן הזה שמים את הטחינה המים ומיץ הלימון בסיר, מביאים לרתיחה תוך ערבוב במטרפה.
7. כשהתערובת רותחת שופכים אותה על הקישואים ומחזירים לתנור לכ-20 דקות נוספות. מפזרים מעל פטרוזיליה קצוצה.



לצפייה במתכון

שלושה ממרחי טחינה מהירים

מצרכים:

לטחינה:

כוס טחינה

חצי כוס מיץ לימון

רבע כוס מים

מלח לפי הטעם

להגשה:

10 פיתות

פלפלים חריפים ירוקים

עגבניות שרי

בצל ירוק

מתבל שמנדר:

2 סלקים מבושלים וקלופים

2 שיני שום

כף או שתיים לאבנה

מלח לפי הטעם

מתבל קוסא:

חצי ק"ג קישואים קלויים בתנור

חצי כוס אגוזי מלך קצוצים

2 כפות לאבנה או יוגורט סמך

3 שיני שום

חופן עלי נענע קצוצים

רבע כוס מהטחינה שהכנו

שמן זית גלילי קלאסי

מתבל פול:

שקית פול ירוק (קפואים)

כפית סודה לשתייה

כפית סוכר

3-4 שיני שום

חופן עלי שמיר קצוצים

כפית כמון

אופן ההכנה:

מתבל שמנדר:

1. שמים את הסלקים במעבד המזון מוסיפים 4-5 כפות מהטחינה שהכנו

מוסיפים שום ולאבנה ומעבדים לממרח חלק, טועמים ומתקנים ותיבול.

2. מורחים בצלחת ומפזרים מעל שמן זית.

מתבל קוסא:

1. שמים את הקישואים הקלויים במעבד המזון ומוסיפים פנימה את

השום, הטחינה, הלאבנה או היוגורט ומתבלים במלח ובמעט פלפל שחור.

2. מעבדים למחית חלקה, מוסיפים את האגוזים והנענע ומערבבים.

3. מעבירים לצלחת ומפזרים מעל שמן זית ומעט נענע

קצוצה.

מתבל פול:

1. בסיר גדול מביאים מים לרתיחה, מוסיפים את הפול את הסוכר והסודה

לשתייה לסיר ומבשלים עד שהפולים רכים.

2. מסננים ומעבירים לקערת מעבד המזון יחד עם רבע כוס מהטחינה

שהכנו, שיני שום כמון וטוחנים למחית חלקה. טועמים ומתקנים ותיבול.

3. מורחים בצלחת ומקשטים בעלי שמיר ומפזרים עוד קצת כמון מעל.



גרייבה מקמח חומס – עוגיות קמח חומס

אופן ההכנה:

1. מנפים את כל החומרים היבשים למעט השומשום בקערה, מוסיפים את השומשום פנימה.
2. מוסיפים פנימה בהתחלה 200 מ"ל שמן זית ומערבבים עם הידיים עד שכל גרגירי המח מתכסים בשמן.
3. מעבירים למעבד מזון וטוחנים 40 דקות. מחלקים את הבצק ל-4-6 כדורים ומכסים בניילון.
4. מרפדים תבנית אפיה בנייר אפיה ולוקחים כדור אחד ומרדדים בידיים לנחש.
5. חותכים באלכסון את הנחש לעוגיות באורך 2 ס"מ, אופים ב160 מעלות 20 דקות.

מצרכים:

- 500 גרם קמח חומס
- 250 גרם קמח לבן
- 250 גרם אבקת סוכר
- 100 גרם קורנפלור
- 1 כוס ושליש שמן זית
- חצי כוס שומשום קלוי



לצפייה במתכון

מקלובה חומוס וחצילים

מצרכים:

- 2-3 חצילים
- 2 כוסות חומוס
- 3 גזרים קלופים ומגוררים
- 2 כוסות אורז בסמטי
- 2 שיני שום
- כף בהרט
- חצי כפית פלפל אנגלי טחון
- רבע אגוז מוסקט מגורר
- פלפל שחור
- מלח
- קורט קינמון
- שמן לטיגון עמוק
- 3-4 שוקיים של עוף
- 1 בצל
- 2 עלי דפנה

אופן ההכנה:

1. בסיר מטגנים במעט שמן את העוף עד שהן מזהיבות, מוסיפים את הבצל הקצוץ פנימה ומטגנים כשתי דקות נוספות.
2. מוסיפים מים עד לכיסוי הזורקים פנימה את עלי הדפנה. מביאים לרתיחה.
3. מכבים את הקצף, מכסים ומבשלים על אש בינונית כ-40 דקות עד שהעוף מוכן.
4. שוטפים את האורז ומשרים בקערה יחד עם מי ברז.
5. מקלפים את הגזרים ומגררים על פומפיה גסה.
6. מקלפים את החצילים חלקית (זברה) ופורסים לאורך לפרוסות בעובי בין חצי לסנטימטר. מחממים שמן במחבת ומטגנים את החצילים משני הצדדים עד שמקבלים צבע זהוב.
7. מסננים את האורז ומתבלים אותו במלח, פלפל שחור, בהרט, קינמון, פלפל אנגלי ואגוז מוסקט.
8. מוציאים את כרעי העוף מהסיר ומסננים את הצייר שהתקבל ושומרים בצד.
9. מתחילים להרכיב את הסיר של המקלובה. משמנים את תחתית הסיר, מדביקים את החצילים המטוגנים לדפנות ומפזרים בתחתית כמחצית מגרגרי החומוס.
10. מפזרים חופן של האורז ומניחים את כרעי העוף המסוננים.
11. מפזרים שוב חופן אורז ומפזרים את הגזרים המגוררים בשכבה ומעליה שכבת חומוס מניחים מעל את כל יתרת האורז.
12. מוסיפים ציר בעדינות עד שגובהו מגיע לכסנטימטר וחצי מעל לגובה האורז. מכסים את הסיר מביאים לרתיחה עדינה ומנמיכים את האש, ממשיכים לבשל כ-40 דקות או עד שכל הנוזלים התאדו.
13. מכבים את האש ומשאירים את הסיר מכוסה כרבע שעה, אחרי רבע שעה הופכים ומגישים.



חומוס עם בשר

מצרכים:

לחומוס:

- 1 קופסת חומוס בשימורים להכנת חומוס
- 300 גרם טחינה
- חצי כוס קוביות קרח
- חצי כוס מיץ לימון
- כף מלח

לבשר:

- מגש קוביות בשר כתף
- רבע כוס שמן זית
- מלח ופלפל שחור

תתבילה רוטב:

- 10 פלפלי שיפקה
- 3 שיני שום
- חופן עלי פטרוזיליה קצוצים
- מיץ מלימון אחד

אופן ההכנה:

1. מחממים מחבת עד שהיא לוחטת שמים את קוביות כתף על המחבת היבשה ונותנים להן להגיר נוזלים ולהתבשל מתבלים במלח ובפלפל שחור.
2. שמים את השיפקה ללא הזרעים בבלנדר יחד עם השום והלימון מוסיפים קצת ממי הכבישה של השיפקה וטוחנים גס.
3. קוצצים את הפטרוזיליה ועוברים להרכבת המנה מורחים חומוס בצלחת שמים את הבשר במרכז מפזרים מעל תתבילה ועלי פטרוזיליה.
4. בזמן שהבשר מתבשל מעבירים את החומוס למעבד המזון יחד עם קצת מהנוזלים מוסיפים את הטחינה הגולמית ומיץ הלימון וטוחנים לקבלת מחית חלקה כ-5-6 דקות.



לצפייה במתכון

בקלאווה פיסטוק

מצרכים:

חבילת עלי פילו
150 גרם חמאה
400 גרם פיסטוק
כף מי זהר
2 כפות אבקת סוכר
2 כפות דבש

סירופ:

250 גרם סוכר (כוס ורבע)
150 גרם מים (שני שליש כוס)
כפית מיץ לימון

אופן ההכנה:

1. קולים את הפיסטוקים בתנור בתבנית עם נייר אפייה טבעי בחום 160 מעלות לכש דקות.
2. שמים את החמאה במיקרוגל או בסיר וממיסים אותה באופן מלא מעבירים למד ליטר ושמים בצד 3-5 דקות.
3. לאחר 5 דקות רואים שחמאה נפרדה לשתי שכבות העליונה הצהובה היא השומן והתחתונה היא מוצקי החלב. שופכים בזהירות את השכבה העליונה בלבד לקערה במד ליטר ישאר המשקע הלבן אותו אנחנו לא צריכים.
4. מעבירים את הפיסטוק לבלנדר מוסיפים פנימה את אבקת הסוכר וטוחנים לפירורים בינוניים.
5. מוסיפים את מי הזהר והדבש וטוחנים לכמה שניות לקבלת סוג של מרציפן. יוצרים כדורים במשקל של 15 עד 20 גרם ומניחים על מגש.
6. שמים עלה אחד של פילו על משטח העבודה מתחילים לכווץ אותו כמו מניפה מניחים את הכדורים מעל ומקפלים את השוליים משני הצדדים על הכדורים צובטים את הבצק בין הכדורים וחותכים.
7. הופכים ומקבלים צורה של צדפה. מסדרים את הצדפות בתבנית ושופכים תוך מריחה את החמאה המזוקקת שהכנו.
8. מכניסים לתנור שחומם מראש 165 מעלות טורבו לכחצי שעה.
9. בזמן הזה שמים את מרכיבי הסירופ בסיר מביאים לרתיחה ומבשלים כשתי דקות נוספות. מורידים מהאש.
10. כשהבקלאווה יוצאת מהתנור משקים אותה בסירופ סוכר.



לצפייה במתכון

קבאב חלאבי פיסטוק ברוטב עגבניות

מצרכים:

- 2 קופסאות עגבניות חתוכות דק
- רבע כוס שמן זית קורנייקי
- 6 שיני שום פרוסות לטבעות
- 1 פלפל ירוק חריף פרוס לטבעות
- 1 חציל שרוף על האש ומקולף
- כפית בפריקה
- כפית מלח
- חצי כפית פלפל שחור
- חבילת קבאב פיסטוק

לבצק:

- כוס קמח
- כפית שמרים יבשים
- כפית סוכר
- חצי כוס מים פושרים
- קורט מלח
- 2 כפות שמן זית

להברשה:

- ביצה טרופה
- מעט שומשום או קצח או שניהם

אופן ההכנה:

1. שמנים את שמן זית בסיר יחד עם השום והפלפל החריף ומטגנים כדקה.
2. מוסיפים את החציל המקולף פנימה ומטגנים כדקה נוספת.
3. מוסיפים את התבלינים ומערבבים, מוסיפים את העגבניות המרוסקות ומביאים לרתיחה, מנמיכים את האש ומבשלים כשעה.
4. בזמן הזה מחממים מחבת וצורבים את הקבאב משני הצדדים לקבלת צבע זהוב, מניחים בצד להתקרר.
5. לבצק: מערבבים את הסוכר והשמרים יחד עם המים עד שהם נמסים. מוסיפים את הקמח ולשים לקבלת בצק אחיד.
6. מוסיפים את המלח ושמן הזית ולשים עוד דקה.
7. מרכיבים את המנה, בקערה חסינת חום או תבנית מניחים את הרוטב עד לגובה של ס"מ אחד לא יותר.
8. מסדרים את הקבאב מעל.
9. מרדדים עלה מהבצק בגודל קוטר התבנית. מערבבים בקערית קטנה מעט קמח ומים ומורחים את נוזל ההדבקה על שולי התבנית.
10. מניחים את הבצק ומותחים אותו כמו מכסה מעל התבנית.
11. מברישים בביצה טרופה ומפזרים שומשום או קצח או שניהם.
- מעלות לכ-10-15 דקות או עד שהבצק זהוב.



לצפייה במתכון

סלט חצילים ופיסטוק

אופן ההכנה:

1. מקלפים את החצילים פורסים אותם לאורך לעובי של כס"מ אחד או קצת פחות. מפזרים עליהם מלח ונותנים להם להגיר נוזלים כחצי שעה.
2. בזמן הזה לוקחים את הפיסטוקים הקלויים ושמים אותם בבלנדר ומתחילים לטחון אותם עד שמתקבלים פירורים דקים.
3. מוסיפים פנימה כפית שמן וממשיכים לטחון לקבלת מחית במרקם של טחינה. וטובלים אותם בקמח.
4. מחממים שמן במחבת ומטגנים את פרוסות החציל עד שהן מקבלות צבע זהוב עמוק ומעבירים לרשת טיגון.
5. בזמן הזה חותכים את העגבניות לחצי ואת הפלפל לפרוסות של כ2 ס"מ מחממים מחבת ומניחים את חצאי העגבניה ופרוסות הפלפל החריף על המחבת כשהיא יבשה לגמרי ולוהטת, צורבים את העגבניה היטב מצד אחד ואז הופכים וצורבים מהצד השני.
6. מוציאים מהמחבת מקלפים את חצאי העגבניות ומעבירים אותן לקערה, קוצצים את הפלפלים החריפים ומוסיפים פנימה, כותשים את שיני השום פנימה.
7. כותשים את הכל יחד בקערה בעזרת מועך תפוחי אדמה או במכתש ועלי מוסיפים את פרוסות החציל המטוגנות וממשיכים לכתוש הכל יחד.
8. מוסיפים כ2-3 כפות מטחינת הפיסטוק ומוסיפים גם לימון לפי הטעם. מערבבים ומתקנים תיבול.
9. מעבירים לצלחת ומקשטים במעט פטרוזיליה קצוצה או כל עשב תיבול שאוהבים מפזרים שמן זית וטובלים את הפיתה בפנים!

מצרכים:

- 2 חצילים
- 2 עגבניות
- 3-4 שיני שום
- 1 פלפל ירוק חריף
- רבע כוס מיץ לימון
- כוס פיסטוק קלוי
- שמן לטיגון עמוק
- מעט קמח לקימוח

להגשה:

- לחם מחמצת שלם
- עלי רוקט
- בצל ירוק
- בצל סגול
- פטרוזיליה



יאנסונייה – עוגת סולת ושמן זית

אופן ההכנה:

1. שמים את זרעי האניס השלמים יחד עם כוס המים ומביאים לרתיחה, מכבים ומורידים מהאש.
2. שמים את חומרי הסירופ בסיר ומביאים לרתיחה, מבשלים כשתי דקות ומכבים את האש.
3. שמים את כל החומרים היבשים בקערה ומערבבים יחד, מוסיפים את שמן הזית ומערבבים היטב ולאחר מכן את המים יחד עם זרעי האניס (חשוב לוודא שהחליטה התקררה מעט והפכה להיות פושרת). לשים כמה שניות לקבלת בצק אחיד.
4. מורחים בשמן תבנית אפייה ומשטחים את הבצק לעובי של כ-3 או 4 ס"מ. חורצים את פני הבצק לריבועים ושמים לתפיחה למשך כחצי שעה.
5. לאחר חצי שעה מברישים את פני הבצק במעט מסירופ הסוכר שהכנו ומכניסים לתנור שחומם מראש ל-180 מעלות לאפייה למשך כחצי שעה או עד שהיא מזהיבה.
6. מוציאים ומשקים בסירופ סוכר.

מצרכים:

- כוס וחצי סולת
- חצי כוס קמח
- 2 כפות קצח
- 2 כפות שומשום קלוי
- 2 כפות סוכר
- כפית שמרים
- כף זרעי אניס טחונים
- קורט מלח
- חצי כוס שמן זית גלילי קלאסי
- כוס מים
- 2 כפות זרעי אניס שלמים
- סירופ:
- 2 כוסות סוכר
- 2 כוסות מים
- כפית מיץ לימון



לצפייה במתכון

מסאחן

מצרכים:

- 5 כרעי עוף
- 7 בצלים גדולים, קלופים ופרוסים דק
- חצי ליטר שמן זית
- 3 יח' ציפורן שלם
- 12 יח' פלפל אנגלי
- 4 תרמילי הל
- 1 כוכב אניס
- 1 מקל קינמון
- 3 עלי דפנה
- מלח ופלפל שחור גרוס
- כף סומאק

לסלט:

- רבע כוס שקדים קלויים (גפרורים או שבבים)
- רבע כוס עלי כוסברה
- רבע כוס עלי פטרוזיליה
- רבע כוס עלי נענע
- לימון אחד
- מלח

להגשה:

- לאפה או פיתת שראק

אופן ההכנה:

1. מחממים סיר קטן על להבה גבוהה. שמים בפנים את כרעי העוף וצורבים היטב עד להזהבה יפה משני הצדדים, בערך 3-4 דקות מכל צד.
2. מוציאים לצלחת, מוסיפים את הבצלים לסיר ומטגנים אותם בשומן שהגיר העוף לסיר עד שהבצל מתרכך מעט.
3. מחזירים פנימה את הכרעיים המוזהבות (עם הנוזלים שהגירו), ומוסיפים פנימה התבלינים השלמים.
4. מוסיפים שמן זית בנדיבות רבה, כמעט עד כיסוי, ומביאים לרתיחה מכוסה.
5. מנמיכים את הלהבה לחום הנמוך ביותר ומבשלים מכוסה כשעה ורבע או שעה וחצי.
6. מסננים את הבצל ומעבירים לקערה (מוודאים שלא הסתננו איתו תבלינים שלמים).
7. לוקחים את הכרעיים המבושלות ומפרקים אותן לפיסות בשר גדולות, ושמים ביחד עם הבצל.
8. מוסיפים לקערה את הסומאק וטועמים על מנת לתקן תיבול.
9. הכנת הסלט: מערבבים את עשבי התיבול יחד עם השקדים ומיץ הלימון ומתבלים במלח.
10. הרכבת המנה: שמים את הלאפה מעליה את העוף המפורק יחד עם הבצלים וקצת משמן הזית של הבישול ומעל מניחים גבעת סלט עשבים.



לצפייה במתכון

מנאקיש בצק – פיתות זעתר

אופן ההכנה:

1. מערבבים בקערת מיקסר את חומרי השלב הראשון של הבצק ומניחים בצד למשך 10 דקות.
2. בתום הזמן מוסיפים את חומרי השלב השני ולשים כשתי דקות.
3. מחלקים את הבצק ל-6 כדורים או ליותר לפי הגודל שרוצים. מרדדים כל כדור לפיתה בעובי כחצי ס"מ ומחוררים אותה בעזרת מזלג.
4. מניחים את הפיתות על תבנית התנור. מערבבים את שמן הזית יחד עם הזעתר ומורחים כך או יותר מהתערובת על כל פיתה.
5. מכניסים מיד לתנור שחומם מראש ל-250 מעלות לאפיה במשך כשבע דקות או עד שהמאפה זהוב ותפוח.
6. מגישים לצד זיתים, לאבנה, מלפפונים ועגבניות.

מצרכים:

שלב 1:
כוס קמח
כף שמרים יבשים
כף סוכר
כוס מים פושרים

שלב 2:
כוס וחצי קמח
כפית מלח
4 כפות שמן זית

למריחה:
חצי כוס תערובת זעתר מוכנה
חצי כוס שמן זית



כתף טלה ברוטב תמרים ותפוחים

מצרכים:

כתף טלה

1 כוכב אניס

1 מקל קינמון

3 מסמרי ציפורן

6 תרמילי הל

20 יחידות פלפל אנגלי שלם

4 תפוחים ירוקים שלמים מקולפים

4 תפוחים ירוקים לאחר שרוקנו את הליבה
(התפוח נשאר שלם)

חצי קילו תמרים מזן מג'הול מגולענים

2-3 כוסות מים

1/2 כוס רכז רימונים

מלח ופלפל שחור

להגשה:

אגוזי מלך קצוצים

פטרזיליה קצוצה

גרגירי רימון

אופן ההכנה:

1. מתבלים את הכתף במלח ופלפל ומעבירים לתנור אפייה שחומם מראש ל-250 מעלות לצריבה משני הצדדים בערך 25 דקות.
2. לאחר מכן, לאותה תבנית מוסיפים את התבלינים השלמים, המים והתפוחים.
3. מורחים את התפוחים עם שמן זית. מפזרים תמרים בתבנית.
4. מכסים בנייר אפייה ורדיד אלומיניום ומחזירים לתנור ל-165 מעלות ל-3 שעות.
5. בהגשה מפזרים פטרזיליה קצוצה, אגוזי מלך וגרגירי רימון.



לצפייה במתכון

מעמולים מושלמים

אופן ההכנה:

1. ממיסים את החמאה ומערבבים אותה עם הסולת היטב, מכסים את הקערה ומניחים בצד למשך 8 שעות בטמפרטורת החדר.
2. מגלענים את התמרים ומוסיפים להם את הקינמון ואגוז המוסקט והחמאה הרכה ולשים בידיים לקבלת בצק תמרים. מחלקים לכדורים קטנים כ-15 גרם.
3. לוקחים את הסולת שהושרתה עם החמאה ומוסיפים פנימה את הקמח ומערבבים.
4. מוסיפים את המחלב ואת גרגירי המיסטקה הטחונים והסוכר ושוב מערבבים היטב.
5. מוסיפים את החלב בהדרגה תוך ערבוב עם הידיים (לא לישה) עד שכל החלב נטמע ונספג בבצק.
6. שמים את הבצק בצד ל-5-10 דקות מנוחה.
7. מתחילים למלא את הבצק, קורצים כדור בגודל כ-16 גרם בצק מועכים בידיים ומניחים כדור תמרים במרכז וסוגרים, מכדררים בידיים לקבלת כדור חלק, מכאן ניתן לצבוט בעזרת צובטן או להשתמש בתבניות עץ ייעודיות ליצירת קישוט ודוגמה על המעמול.
8. סדרים את העוגיות בתבנית תנור מרופדת בנייר אפיה ואופים בתנור שחומם מראש ל-250 מעלות למשך 7-9 דקות.
9. העוגיה עצמה נשארת לבנה ורק התחתית מזהיבה, ניתן להרים אחת בזהירות עם מזלג ולבדוק אם התחתית הזהיבה.

מצרכים:

- 500 גרם סולת
- 300 גרם חמאה
- 170 גרם קמח
- 2 כפות סוכר
- 1 כף מחלב
- 8 גרגירי מיסטקה
- 2½ כוס חלב
- קילו תמרים מזן מג'הול מגולענים
- כפית קינמון
- קורט אגוז מוסקט
- 50 גרם חמאה רכה

להגשה:
אבקת סוכר



סלט חסות שומשומית ותמרים

אופן ההכנה:

1. שמים את הסוכר יחד עם כפית מים במחבת על אש בינונית, מנערים מידי פעם את המחבת על מנת שהסוכר ימס ויתקבל קרמל.
2. בזמן הזה מניחים נייר אפיה על השיש ליד המחבת ומערוך שיהיה זמין וקרוב.
3. כשהסוכר מקבל גוון זהוב בהיר מנמיכים את האש ומוסיפים פנימה את השומשום ומתחילים לערבב עד שהסוכר מקבל צבע ענברי וריח השומשום עולה.
4. שופכים מהר את התערובת על נייר אפיה טבעי ומכסים בעוד נייר אפיה, מרדדים במהירות את השומשום לעלה דק ככל האפשר. מניחים בצד להתקררות מלאה.
5. קורעים את עלי החסה הערבית ומפרידים את עלי החסה סלנובה מהגבעול ושמים בקערה, מוסיפים את עלי הרוקט.
6. מגלענים את התמרים וחותכים אותם לרבעים ומוסיפים לסלט.
7. שמים בבלנדר מקל שמן הזית, החומץ, מיץ הלימון, השום, המלח והפלפל ומנערים היטב לקבלת רוטב הומוגני.
8. שופכים את הרוטב על העלים בקערה ומערבבים.
9. שוברים את יריעת השומשום לחתיכות ושמים מעל, מגרדים את הגבינה לשבבים בעזרת קולפן ומניחים מעל.

מצרכים:

- חצי חסה ערבית
- 1 חסה סלנובה
- חצי צרור רוקט
- חצי כוס סוכר
- חצי כוס שומשום לבן
- 6-8 תמרים מזן מג'הול מגולענים
- 2 כפות חומץ ענבים (בן יין)
- 6 כפות שמן זית
- כף מיץ לימון
- 2 שיני שום
- מלח ופלפל שחור
- גאודה עיזים (לא חובה)



סוטלאג' – אורז בחלב אפוי בתנור

מצרכים:

2/3 כוס סוכר

כף קורנפלור

1/4 כוס מים

100 גרם שוקולד לבן

מקל וניל

1 שמנת מתוקה

ליטר חלב

כוס אורז עגול

קורט מלח

לקישוט:

200 גר' אגוזי לוז ללא קליפה וקלויים

100 גר' קליפות תפוז מסוכר

פירות טריים: אוכמניות ופטל

אופן ההכנה:

1. שוטפים את האורז ומעבירים לסיר, מוסיפים פנימה 300 מ"ל מים (כוס ורבע).
2. מבשלים על אש גבוהה עד שהאורז מגיע לרתיחה (חשוב לערבב מידי פעם).
3. כשרוב המים נספגים מורידים מהאש, מוסיפים פנימה את החלב (תשמרו כרבע כוס בצד), השמנת המתוקה הסוכר המלח והווייל.
4. ממשיכים לבשל את האורז בחלב עד שהוא מתרכך לגמרי.
5. בהתחלה כמובן שאפשר על אש גבוהה ואז עוברים לבינונית.
6. כשהאורז רך ומוכן מערבבים לתוך רבע כוס מים את הקורנפלור ומוסיפים אותו בזרם דק תוך ערבוב מתמיד תוך הסיר ממשיכים לבשל עד שהתערובת מסמיכה.
7. מורידים מהאש ומוסיפים פנימה את השוקולד הלבן וממשיכים לערבב עד שכל השוקולד נמס לגמרי.
8. שופכים את הפודינג לתבניות חסינות חום, מקררים כחצי שעה בחוץ ואז מכניסים לתנור שחומם מראש ל-250 מעלות גריל עליון להשחמה כשתי דקות (שמים במדף העליון של התנור).
8. מגישים עם אגוזים קצוצים, פירות או קליפות תפוז מסוכרות.



לצפייה במתכון

כופתה ברנג'י ברוטב חמוץ

מצרכים:

חבילת כדורי בשר אסלי עמוס
250 גרם אורז בסמטי

לרוטב:

3 כפות שמן זית

1 בצל קצוץ דק

1 כרישה קצוצה דק

4-5 גבעולי סלרי קצוצים דק

1 שורש סלרי קצוץ לקוביות

1 שורש פטרוזיליה קצוץ דק

1 חבילת עלי מנגולד קצוצים דק

כפית כורכום

כפית כמון

קורט צ'ילי חריף

מלח ופלפל שחור גרוס

שליש כוס מיץ לימון

אופן ההכנה:

1. משרים את האורז הבסמטי במים רותחים למשך 40 דקות, לאחר 40

דקות מסננים את האורז ומניחים על נייר מטבח לייבוש.

2. בזמן שהאורז בהשרייה נעבור להכין את הרוטב, קוצצים את כל

הירקות על הכיריים.

3. בסיר סוטאג' רחב מטגנים בשמן זית את הבצל יחד עם הסלרי

והכרישה.

4. עד שהבצל הופך לרך ושקוף (לא להזהיב) מוסיפים פנימה את שורש

הסלרי ושורש הפטרוזיליה וממשיכים לטגן כשתי דקות נוספות מוסיפים

את המנגולד.

5. מטגנים עוד שתי דקות ולבסוף מוסיפים את הכורכום, הכמון, הצ'ילי

המלח והפלפל השחור וליטר מים מכסים ומביאים לרתיחה מנמיכים

ומבשלים מכוסה כחצי שעה.

6. בזמן שהרוטב מתבשל עוטפים את כדורי הבשר באורז, האורז נצמד

לכדורים על ידי גלגול באורז.

7. פותחים את הסיר מוסיפים את מיץ הלימון ומערבבים, טועמים

מתקנים תיבול, גובה הנוזל בשלב הזה צריך להיות מקסימום 3 ס"מ

במידה והוא יותר מזה תשאירו את הסיר פתוח ותמשיכו לאדות נוזלים

במידה ויש פחות מזה תוסיפו מים עד לגובה המתאים.

8. מניחים בזהירות את כדורי הבשר בסיר, חשוב להניח אותם במרווחים

של כ-2 ס"מ אחד מהשני. מכסים את הסיר ומבשלים כחצי שעה.



לצפייה במתכון

טאסט אלג'אג'ה

מצרכים:

- 2 כוסות אורז בסמטי
- 3 יח' פרגית
- 300 גר' בשר טחון
- חופן שקדים גפרורים קלויים
- חופן צנוברים קלויים
- חופן חצאי שקדים מולבנים (אופציונלי לקישוט)
- כף בהרט או (כפית פלפל אנגלי, חצי כפית כוסברה טחונה, קורט הל, חצי כפית קינמון, רבע כפית אגוז מוסקט)
- מלח ופלפל
- חבילת בצק פילו

לציר:

- 3 כפות שמן
- 1 בצל
- 2 גזר
- 1 כרישה
- 1 שן שום
- 3 ענפי טימין
- 2 עלי דפנה

אופן ההכנה:

1. צורבים את הפרגיות (הכרעיים שפירקנו מהעצם) במחבת חמה ועמוקה עד שהם מקבלים צבע זהוב ויפה.
2. מוסיפים 2 כוסות מהציר מכסים ומבשלים על אש נמוכה עד שהעוף מוכן כחצי שעה. מניחים בצד לקירור מלא.
3. בזמן הזה מבשלים את האורז עם מים ומלח.
4. במחבת מטגנים את הבשר טחון עם קצת שמן זית, מלח ופלפל.
5. כשהאורז מוכן מעבירים אותו לקערה לקירור ומתבלים במלח ובפלפל שחור ובבהרט, בהרט, אגוז מוסקט ופלפל אנגלי.
6. מוסיפים פנימה את השקדים הקלויים והצנוברים, מניחים בצד לקירור מלא והבשר טחון.
7. בתבנית עוגה מתפרקת בקוטר 20 או 22 ומסדרים חצאי שקדים בצורת פרחים, מניחים בעדינות את הדפים כך שהם מכסים את כל התחתית והדפנות של התבנית.
8. מניחים מחצית מכמות האורז על התחתית, מבזרים את העוף המפורק ומעליו שמים עוד שכבה של אורז.
9. מזגים פנימה על האורז כחצי כוס ציר וסוגרים את שולי הדפים תוך צביטה לקבלת מאפה סגור.
10. מכניסים לתנור שחומם מראש ל-175 מעלות טורבו למשך כ-30 דקות מוציאים והופכים על צלחת. מגישים חם!



לצפייה במתכון

ספינג'

מצרכים:

לבצק:

4 כוסות קמח

2 כוסות מים פושרים

כף סוכר

כף שמרים יבשים

כפית מלח

שמן לטיגון עמוק

להגשה:

סוכר ו/או דבש

אופן ההכנה:

1. שמים את השמרים הסוכר והמים בקערה ומערבבים להמסה מלאה, מוסיפים 2 מתוך 4 כוסות הקמח פנימה ומערבבים במטרפה ידנית.
2. כשהבלילה חלקה מכסים ושמים בצד לרבע שעה.
3. אחרי רבע שעה מוסיפים את המלח ואת שתי כוסות הקמח הנותרות, לשים את הבצק 2 דקות, מכסים ונותנים לו לתפוח עוד רבע שעה.
4. אחרי רבע שעה לשים את הבצק למשך 100 דקות. מכסים שוב את הבצק ונותנים לו לתפוח שעה או עד שהוא מכפיל את נפחו.
5. אחרי שעה מרטיבים את היד במעט שמן ומוציאים את האוויר מהבצק. מחלקים את הבצק לכדורים במשקל של 100 גרם (כ-8-9 כדורים) או איך שבא לכם!
6. מחממים מחבת עם שמן בגובה של 2 ס"מ וסיר עם שמן עמוק.
7. מרטיבים את היד במעט שמן יוצרים חור בכדור תוך מתיחה לקבלת טבעת בצק. שמים את הטבעת במחבת ונותנים לה להיטגן על אש בינונית עד שהתחתית מזהיבה.
8. מעבירים את הטבעת מהמחבת לסיר כשהצד העליון שלה (הלא מוכן) נכנס לתוך השמן והצד הזהוב כלפי מעלה.
9. ממשיכים לטגן עד שמזהיב היטב. מעבירים מהשמן ישר לסוכר ומצפים את הספינג'. אני באופן אישי אוהבת לצפות בקצת סוכר ולזרוץ מעל המון דבש.



לצפייה במתכון

לחמעג'ון

מצרכים:

לבצק:

כוס מים

2 ורבע כוסות קמח

כפית מלח

חצי קילו בשר טחון (שומני)

2 עגבניות

1 בצל

חצי צרור פטרוזיליה

1 גמבה ירוקה

1 גמבה אדומה

1 פלפל ירוק חריף

2 שיני שום

רבע כוס שמן זית

2 כפות רסק עגבניות

2 כפות רכז רימונים

כפית נענע יבשה

כף פפריקה

כפית אורגנו

מלח ופלפל שחור

להגשה:

רכז רימונים

פלחי לימון

עשבים טריים

צנונית

אופן ההכנה:

1. עוברים להכנת הבשר: בבלנדר שמים את הירקות וטוחנים אותם דק, מעבירים לקערה ומוסיפים את התבלינים, הבשר ורסק העגבניות מוסיפים את שמן הזית ומערבבים היטב.
2. (המלצה לבית להעביר למקרר לחצי שעה).
3. מתחילים לרדד את הכדורים על משטח מקומח לעלה דק ככל האפשר שמים כ2 כפות מתערובת הבשר על הבצק ומשטחים.
4. מעבירים למחבת שחוממה מראש ומכסים, צולים על להבה בינונית עד שהתחתית מזהיבה.
5. מגישים: עם רכז רימונים, פלחי לימון עשבים טריים וצנונית.



לצפייה במתכון

מועג'נאת זעתר וגבינה

מצרכים:

- 500 גרם קמח
- כפית מלח
- רבע כוס שומשום
- 150 גרם סולת
- 1 ביצה
- רבע כוס שמן זית
- כוס עד כוס וחצי יוגורט
- 1 כוס עלי זעתר או אורגנו מופרדים מהגבעול
- 300-400 גרם גבינת חלומי
- שמן לטיגון עמוק

אופן ההכנה:

1. שמים את הקמח, המלח והסולת בקערת המיקסר ומוסיפים פנימה את השמן וביצה לאחר ערבוב של כדקה.
2. מוסיפים את הביצה ומתחילים להוסיף בהדרגה את היוגורט עד שמתקבל בצק חלק וגמיש ולא יבש.
3. כשהבצק מוכן מוסיפים שומשום ועלי זעתר ולשים כמה שניות על מנת שיתפזרו בבצק בצורה אחידה.
4. מכסים את הקערה ונותנים לבצק לנוח כרבע שעה, לאחר רבע שעה חותכים את הבצק ל-6-8 כדורים.
5. מכסים את הכדורים וחותכים את החלומי לרצועות ארוכות של כ-3 מ"מ.
6. מרדדים את הכדור על משטח מקומח דק ככל האפשר חותכים כמו ביצה ל-8 שמים בבסיס כל משולש גבינה ומגלגלים כמו קוראסון.
7. מטגנים בשמן עמוק או שומרים בהקפאה כשרוצים מוציאים חצי שעה לפני ומטגנים.